



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE LENÇÓIS PAULISTA – COZINHA PILOTO

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO CRECHE (1-3 anos) | SETEMBRO / 2026

Data	Entrada	Almoço	Jantar	Última refeição
01/09/26	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau e pão	Arroz, feijão, sobrecoxa de frango com batata Salada de beterraba cozida Maçã raspada	Sopa de fubá com frango desfiado e cenoura ralada	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau e pão
02/09/26	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau e pão	Arroz, feijão, carne bovina cubos com mandioca Salada de cenoura cozida Melão pedaço	Sopa de fubá com carne bovina picada e couve fatiado	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau e pão
03/09/26	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau e pão	Arroz, feijão, pernil cubos com tomate Salada de repolho cozido/refogado Abacate amassado	Sopa de macarrão com pernil desfiado	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau e pão
04/09/26	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau e pão	Arroz, feijão, frango desfiado e creme de milho Laranja pedaço s/ bagaço	Sopa de arroz com frango desfiado e cenoura	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau e pão
Composição nutricional média semanal Energia (Kcal): 891,89 kcal CHO (g): 113,54 g (51,0% VET) PTN (g): 41,29 g (18,6% VET) LPD (g): 30,07 g (30,4% VET) Fe: 3,08 mg Ca: 245,24 mg				
07/09/26	FERIADO			
08/09/26	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau e pão	Arroz, feijão, frango desfiado e creme de milho Salada de chicória coz Laranja pedaço s/ bagaço	Sopa de macarrão com frango desfiado e brócolis	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau e pão
09/09/26	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau e pão	Arroz, feijão, pernil cubos com tomate Salada de berinjela coz Mamão raspado	Sopa de feijão com pernil desfiado, batata e abobrinha	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau e pão
10/09/26	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau e pão	Arroz, feijão, carne bovina tiras com batata Salada de tomate Melão raspado	Macarronada com carne bovina desf e brócolis	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau e pão
11/09/26	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau e pão	Arroz, feijão, filé de frango pic refogado Salada de brócolis cozido c/ tomate Maçã s/ casca raspada	Canja de arroz com carne bovina picada e cenoura	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau e pão
Composição nutricional média semanal Energia (Kcal): 903,46 kcal CHO (g): 114,34 g (50,7% VET) PTN (g): 41,61 g (18,4% VET) LPD (g): 30,99 g (30,9% VET) Fe: 3,05 mg Ca: 247,28 mg				
14/09/26	PONTO FACULTATIVO			
15/09/26	FERIADO MUNICIPAL			
16/09/26	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau e pão	Arroz feijão, carne bovina cubos com batata Salada de repolho coz/refogado Mamão raspado	Sopa de feijão com carne bovina cubos e chuchu	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau e pão
17/09/26	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau e pão	Arroz, feijão, frango tiras com cenoura, purê de batatas Salada de couve flor cozido Maçã raspada	Canja de arroz com frango cubos, cenoura e brócolis	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau e pão
18/09/26	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau e pão	Arroz, feijão, pernil cubos com tomate Salada de brócolis coz Laranja pedaço s/ bagaço	Purê de cenoura e batata com pernil desfiado	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau e pão
Composição nutricional média semanal Energia (Kcal): 878,89 kcal CHO (g): 116,07 g (52,9% VET) PTN (g): 39,10 g (17,8% VET) LPD (g): 28,62 g (29,3% VET) Fe: 3,15 mg Ca: 240,66 mg				
21/09/26	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau e pão	Arroz, feijão, carne moída com batata Cenoura com repolho cozidos	Sopa de fubá com carne moída, tomate e batata	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau e pão
22/09/26	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau e pão	Arroz, feijão, sobrecoxa com batata Couve-flor e tomate cozidos e refogados Maçã s/ casca raspada	Sopa de macarrão com frango desfiado, batata e cenoura	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau e pão
23/09/26	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau e pão	Arroz, feijão, carne bovina com mandioca Salada de tomate Melão pedaço raspado	Sopa de feijão com carne bovina cubos e chuchu	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau e pão
24/09/26	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau e pão	Arroz, feijão, filé de frango em tiras Salada de beterraba coz Mamão raspado	Canja de arroz com carne bovina cubos com brócolis	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau e pão
25/09/26	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau e pão	Arroz, feijão, pernil cubos com batata e tomate Salada de berinjela cozida Laranja s/ bagaço	Sopa de macarrão com pernil desfiado, batata e cenoura	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau e pão
Composição nutricional média semanal Energia (Kcal): kcal CHO (g): g (% VET) PTN (g): (% VET) LPD (g): (% VET) Fe: mg Ca: mg				
28/09/26	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau e pão	Arroz, feijão, ovos mexidos / omelete de forno / cozidos Salada de chuchu cozido	Sopa de frango com chuchu e cenoura	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau e pão
29/09/26	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau e pão	Arroz, feijão, frango desfiado e creme de milho Laranja pedaço s/ bagaço	Sopa de macarrão com frango desfiado, batata e cenoura	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau e pão
30/09/26	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau e pão	Arroz, feijão, filé de peixe ao molho/assado com tomate Salada de abobrinha Banana amassada	Sopa de feijão com carne bovina cubos e chuchu	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau e pão
Consistência: Branda/Sólida Manter consistência branda para os (de 1 ano) que tiverem dificuldade. Demais, evoluir a consistência NÃO COAR Sujeito a alterações da nutricionista				
Substituições: Tortas de frango ou carne c/ leg, salada de frutas, batida de frutas com leite Não adicionar açúcar em nenhuma das receitas (<3 anos) Leite/ fórmula poderá ser ofertado em momentos extras, conforme necessidade				

Ciente da obrigatoriedade em seguir o cardápio diariamente:

Assinatura direção

Graciane Ulian
Nutricionista RT Alimentação Escolar
CRN/3 54489

